

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan pada ibu hamil adalah kecemasan yang dirasakan ibu hamil yang berkaitan dengan diri sendiri dan bayi dalam kandungannya yang dipengaruhi oleh pengalaman pada kehamilan sebelumnya, kemampuan dan kesiapan keluarga, kesehatan ibu, bayangan ibu terhadap keguguran, bayi cacat, anak kembar, kelahiran premature serta pandangan ibu mengenai persalinan (Maimunah, 2011). Angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 373.000.000. Sebanyak 107.000.000 atau 28,7% diantaranya kecemasan terjadi pada ibu hamil menjelang proses persalinan (Depkes RI, 2008). Penelitian yang dilakukan pada ibu primigravida 22,5% mengalami cemas ringan, 30% mengalami cemas sedang, 27,5% cemas berat, dan 20% mengalami cemas sangat berat (Sarifah, 2016).

Adapun perubahan psikis pada ibu primigravida trimester pertama diperkirakan 80%, timbul sifat rasa senang karena memang yang diharapkan, cemas karena kehamilan pertama takut terjadi sesuatu yang tidak diinginkan dan rasa was was. Pada trimester ke dua kehidupan psikologi ibu tampak lebih tenang dan mulai dapat beradaptasi, dan pada trimester tiga, perubahan psikologi ibu terkesan lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding trimester sebelumnya, dan ini tidak lain dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar (Janiwarty B, 2012).

Factor-faktor risiko penyebab timbulnya rasa cemas pada ibu hamil adalah karakteristik ibu yang meliputi umur, pendidikan, status pekerjaan factor reproduksi yang meliputi kehamilan dan persalinan yang masih pertam akalnya, status kesehatan ibu, hubungan ibu dengan pasangannya dan dukungan keluarga. Dukungan keluarga adalah strategi intrvensi preventif yang paling baik dalam membantu anggota keluarga yang mengalami masalah yang berdampak pada kecemasan yang bertujuan untuk meningkatkan dukungan keluarga yang adekuat.

Adapun upaya yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan yaitu dengan adanya dukungan suami, melakukan senam hamil yang telah di instruksikan oleh bidan desa,

rajin melakukan check up atau kontrol sesuai jadwal, mengkonsumsi makanan sehat seperti meminum susu dan minum tablet tambah darah dari bidan desa, latihan nafas pernafasan dan mengurangi kegiatan yang berat berat.

Adapun dampak jika ibu hamil mengalami kecemasan Ibu hamil yang mengalami rasa cemas berlebihan akan berdampak buruk sehingga dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. Kondisi tersebut dapat mengakibatkan keguguran dan tekanan darah yang meningkat sehingga dapat menjadi salah satu faktor pencetus keracunan dan meningkatnya kejadian preeclampsia (komplikasi pada kehamilan berupa tekanan darah tinggi yang terjadi di dalam kehamilan akhir atau pada proses persalinan). Selain preeclampsia, ibu hamil yang kurang mendapat dukungan dan mengalami stres mental rawan mengalami kelahiran premature (kelahiran kurang dari usia kehamilan 37 minggu dan bayi lahir dengan berat kurang dari 2500 gram) Dampak buruk yang terjadi pada ibu hamil trimester ketiga akibat mengalami kecemasan yaitu preeclampsia dan premature (Susilawati, 2015).

Dampak buruk dari kecemasan ibu hamil memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. Akibat dari kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan darah sehingga mampu memicu terjadinya preeklamsi dan keguguran (Maharani, 2008 dalam Novriani, 2017). Kelahiran Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dan bayi prematur juga merupakan dampak negatif dari kecemasan ibu hamil (Spitz, 2013). Usia, paritas ibu hamil, tingkat pendidikan, dan pekerjaan menjadi faktor penyebab munculnya tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida (Handayani, 2015). Usia ibu akan berpengaruh terhadap kehamilan. Usia aman seorang ibu hamil diantara 20 tahun sampai dengan 35 tahun. Sedangkan tingkat pendidikan juga akan berpengaruh pada respon ibu dalam 3 menghadapi sesuatu yang datang dari dalam diri ibu maupun dari luar atau lingkungan (Heriani, 2016)

Fenomena yang terjadi di tempat penelitian yaitu banyaknya ibu primigravida yang masih belum cukup umur dan masih banyak kurang mengerti dan kurang informasi tentang persalinan itu seperti apa dan juga masih banyak belum mengerti mengenai persiapan apa saja yang harus dilakukan untuk persiapan persalinan dan ini sangat tergantung pada persiapan fisik maupun mental dan tentunya setiap ibu hamil

mengharapkan persalinan yang lancar dan menyenangkan (Dwiyanti, 2016). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengangkat studi kasus pengalaman ibu hamil primigravida dalam menghadapi kecemasan.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah ”Bagaimanakah pengalaman ibu hamil primigravida dalam menghadapi kecemasan ?”

1.3 Tujuan Penelitian

Mendeskripsikan bagaimanakah pengalaman ibu hamil primigravida dalam menghadapi kecemasan ?”

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Instansi Pendidikan

1. Sebagai tambahan pengetahuan dari hasil peneliti untuk dikembangkan pada penelitian berikutnya.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi perkembangan program pembinaan dan penelitian tentang penelitian yang serupa.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat yang menghadapi persalinan dapat mengetahui apa yang harus disiapkan dan dilakukan oleh calon ibu sebelum menghadapi kecemasan

1.4.3 Bagi Peneliti

1. Merupakan kegiatan belajar untuk menuangkan kembali pengetahuan mengenai pengalman ibu hamil primigravida dalam menghadapi kecemasan.
2. Memperoleh pengalaman dan pengetahuan praktis, yang mendukung pengetahuan teoritis dan didapat melalui penelitian serta melatih keterampilan dalam menulis karya tulis ilmiah.